

Programma di gennaio 2024

Centro diurno «Al Vigneto», Tenero

Orari di apertura: Lunedì-Venerdì, 9.00 - 17.00
Sabato 10.00 - 14.00

I centri diurni socio-assistenziali intendono favorire il benessere e l'autonomia delle persone anziane che vivono al proprio domicilio grazie ad attività diversificate e in collaborazione con il territorio circostante. Passate per un caffè, saremo lieti di accogliervi e farvi conoscere il nostro centro e le nostre proposte.

 Tutte le nostre proposte sono segnate con questo simbolo e dunque sovvenzionate dall'Ufficio federale delle assicurazioni sociali poiché contribuiscono in modo particolare a contrastare i problemi dovuti all'avanzare dell'età.

Proposte fisse

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
MATTINO	Yoga 9.00-9.45 (D. Maffeis)	Caffè in compagnia 9.00-10.00 (M. Lugbunari)	Caffè in compagnia 9.00-10.00 (A. Spadini)	Caffè in compagnia 9.00-10.15 (M. Lugbunari)	Caffè in compagnia 9.00-10.00 (A. Spadini)	Attività di cucina e pranzo in compagnia 10.00-12.00 (A. Vara, A. Spadini, M. Lugbunari, V. Briccola)
				Spazio creativo 10.15-11.45 (V. Briccola)		
	Stimolazione cognitiva 10.15-11.45 (A. Vara)	Club dei lettori 10.15-11.45 (M. Lugbunari)	Sportimento (bowling, freccette, ping pong...) 10.15-11.45 (A. Spadini)	Danza orientale 10.30-11.45 (S. Regli)	Canti popolari in compagnia 10.15-11.45 (G. Lecci)	
Tutti i giorni gioco delle carte. Dalle ore 12.00 pranzo in compagnia CHF 14.- (Iscriversi il giorno precedente)						
POMERIGGIO	Ginnastica dolce 14.15-15.45 (V. Briccola)	Spazio creativo 14.15-15.45 (A. Spadini)	Ginnastica dolce 14.15-15.45 (V. Briccola)	Stimolazione cognitiva 14.15-15.45 (A. Vara)	Spazio creativo 14.15-15.45 (V. Briccola)	
		Creazioni in maglia 14.30 - 16.00 (S. Paroni)				

**IL CENTRO RIMANE CHIUSO DA LUNEDÌ 1 A MERCOLEDÌ 3 GENNAIO COMPRESI
E SABATO 6 GENNAIO**

Eventi speciali di gennaio 2024

Centro diurno «Al Vigneto», Tenero

Orari di apertura: Lunedì-Venerdì, 9.00 - 17.00

Sabato 10.00 - 14.00

Mercoledì 10 gennaio

Stra-pizzami

Prepariamo insieme la sala da pranzo e gustiamoci la pizza in buona compagnia, possibilità di raccontare barzellette e aneddoti divertenti.

Dalle 11.45 alle 14.00

Costo: CHF 10.- / persona

Su iscrizione entro lunedì 8 gennaio, posti limitati.

Con V. Briccola

Venerdì 12 gennaio

Pomeriggio insieme sul digitale

Il nostro team si mette a vostra disposizione per risolvere semplici questioni legate al digitale (es. uso dello smartphone, gestione delle fotografie, backup, social network, ecc.). Spazio individualizzato per richieste specifiche.

Dalle 14.15 alle 16.00

Con A. Vara e A. Spadini

Martedì 16 gennaio

Uscita al Chocolat Stella

Dalle 10.30 alle 11.30 visita all'interno della fabbrica: dalla produzione alla confezione ed infine una piccola degustazione.

Partenza dal Centro alle ore 9.45, rientro previsto verso le 15.30.

Costo: 10.- / persona

È richiesta l'iscrizione entro il 9 gennaio. Posti limitati

Con A. Vara, V. Briccola, A. Spadini

Giovedì 18 gennaio

Controllo salute

in collaborazione con l'infermiera Lidjia Nikolic di ALVAD. Momento privilegiato per confrontarsi su tematiche personali.

Dalle 14.30 alle 16.00

Con V. Briccola

Lunedì 22 gennaio

Caffè Narrativo

Visione di un breve filmato a tema e discussione.

In collaborazione con la Portineria di Quartiere Cine...ma di Gordola.

Dalle 14.30 alle 16.00

Con A. Vara

Giovedì 25 gennaio

Tè danzante revival anni '60

Musica e balli di coppia.

Dalle 14.30 alle 16.00

Con Gigi Lecci.